

## نماز روشی برای مقابله با مشکلات روان شناختی و مصرف سیگار در دانشجویان

دکتر سوران رجبی ۱

۱ استادیار، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، ایران

آدرس پست الکترونیک (soranrajabi@gmail.com)

### چکیده

هدف این پژوهش بررسی نقش نمازهای یومیه در سلامت روانی و مصرف سیگار در دانشجویان بوده است. نمونه پژوهش ۲۰۴ نفر از دانشجویان پسر ساکن در خوابگاههای دانشگاه خلیج فارس بوده است که به روش در دسترس انتخاب شدند. پس اجرای آزمون ۲۸-GHQ، پرسشنامه محقق ساخته و مشاهده رفتار مذهبی نماز خواندن نتایج نشان داد که میانگین اختلال جسمانی سازی علائم، افسردگی و به طور کلی اختلال روانی در بین دانشجویان نمازخوان به طور معنی داری کمتر از دانشجویان غیرنمازخوان بود. بین دانشجویان نمازخوان و غیر نمازخوان از نظر اضطراب و اختلال در عملکرد اجتماعی تفاوت معنی داری بدست نیامد. نتایج آزمون خی دو نیز نشان داد که مصرف سیگار در دانشجویان نمازخوان بطور معنی داری کمتر از دانشجویان غیرنمازخوان است. این مطالعه نشان داد که انجام نمازهای واجب نقش موثری در سلامت روانی و پیشگیری از مصرف سیگار در دانشجویان دارد.

واژه های کلیدی: نماز، سلامت روانی، سیگار، دانشجو